

Dar sentido a la vida

Lama Zopa Rimpoché

Editorial: Dharma

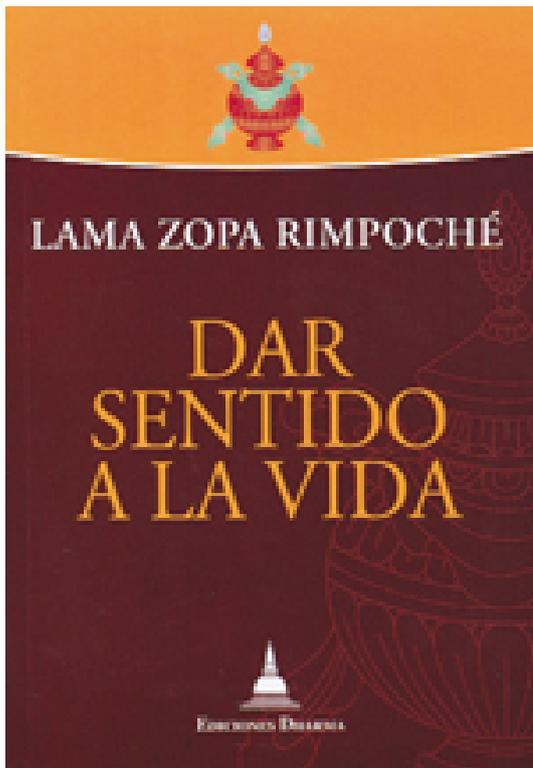
ISBN: 9788496478565

Páginas: 192

Dimensiones: 12 x 17 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 10,50 €



SINOPSIS

Lama Zopa Rimpoché explica cómo practicar el darma, la verdadera causa de la felicidad 24 horas al día. Nuestra ajetreada vida no nos permite poder dedicar muchas horas al estudio forma y a la práctica diaria de la meditación. Tenemos que trabajar, comer, dormir, satisfacer nuestras obligaciones familiares y sociales, distraernos y cien cosas más; actividades que no son consideradas espirituales. ¿Quién tiene tiempo para meditar? No obstante, como apunta Rimpoché, el darma no solamente es lo que haces sino como se hace. La motivación es lo esencial. Es nuestra actitud mental y no tanto la acción en sí misma la que determina que lo que hagamos sea positivo, causa de felicidad o negativo, causa del sufrimiento.

Por tanto, sí sabemos cómo utilizar nuestra mente adecuadamente todo lo que hacemos puede convertirse en una acción dármica, en un buen karma, en una acción meritoria y positiva. En esta enseñanza, Rimpoché clarifica cómo debemos emplear nuestras mentes para poder transformar cualquier cosa que hagamos en causa de felicidad. LAMA THUBTEN ZOPA RIMPOCHÉ (Thami, Nepal, 1946). Es el director espiritual de la Fundación para la Preservación de la Tradición Tibetana (FPMT), una red mundial de centros de meditación budista, clínicas, hospicios y escuelas. Es autor de Transformar Problemas en Felicidad, La Puerta de la Satisfacción y Curación Definitiva.